

パラリンピックを目指した車いす陸上選手の課題

——車いす陸上選手のケーススタディを通して考える——

寺田 恭子

1. 初めに

昭和39年に開催されたパラリンピック東京大会に伴い、我が国の身体障がい者スポーツの普及および振興を目的として、公益財団法人日本障がい者スポーツ協会（現）は厚生省（現・厚生労働省）の認可を受け設立された。以後、1998年に長野県で開催された冬季パラリンピックを契機に身体・知的および精神障がいのスポーツ振興の拠点として、また国際舞台で活躍できる選手の育成強化を重要視し、翌年には協会内部に日本パラリンピック委員会が設置された。平成23年のスポーツ振興法全面改訂により、障がい者のスポーツ振興が言及され、協会の責務はより明確化した。現在は、2020年に開催される東京パラリンピックに向けて、本協会を中心とし、より多くの障がい者のスポーツ参加、指導員・コーチの育成、社会における障がい者スポーツの認知、興味関心度向上への貢献、そしてパラリピアン発掘、育成等、様々な取り組みを行っている。

特に、パラリンピック期間中に競技が開催される種目は、公益財団法人日本障がい者スポーツ協会はもちろん地域におけるスポーツ振興を基盤として様々な活動が行われており、各地の障がい者スポーツ団体の活動も活発化している。国枝慎吾選手や上地結衣選手の登場で認知度が上がった車いすテニスは、最近障がいのある子どもたちに人気があり、小中学生の参加率は増加しているという。また、ボッチャ（重度脳性麻痺者のパラリンピック種目）は特別支援学校での授業や部活動としての活動に加え、一般の人たちがボールさえあれば気軽に参加できるスポーツとして、障がいの有無を問わず体験できるイベントなども各地で実施されている。

しかし、障がい者スポーツは、種目にもよるが特別なスポーツ用具、例えば各種目専用の車いすや義足、サポート器具などを必要とする。また、練習場に関しては、そこに行くための交通手段あるいは専用用具の運搬なども、人によってはサポートが必要な場合もある。さらに、障がいのある人たちが今まで関わりが薄かったスポーツに対して、どのように取り組んでいけばよいのかという基本的な道筋や、障がい者が学校や仕事を続けながら、継続的にスポーツに関われる総合的な環境という側面については、その情報が十分にいきわたっているとは言い難い。

より多くの障がい者にスポーツ参加を呼びかけ、さらにパラリピアンを育成していくにあたっては、障がい者の日常生活に目を向け、どのようなサポートがあればスポーツが継続でき、さらにはパラリンピックを目標に据えるような取り組みができるのかを明らかにする必要がある。もちろんパラリンピックという世界最高峰の障がい者スポーツ大会を目指していくスポーツへの取り組み方のみならず、多くの障がい者が自分らしいスポーツとの関わり方を選択できるような土

壤も必要である。

そこで本研究は、車いす陸上にチャレンジしたが、そのスポーツを継続的に行うことが困難になったある青年Y氏のケースを通し、障がい者が自分らしい関わり方でスポーツに意欲的に取り組むことを阻んでいる要因を分析し報告する。

2. ケーススタディ

車いす陸上に取り組むY氏

調査時期：2016年4月 本人への面談調査 約3時間（自宅にて）東京都渋谷区在住
26歳 男性 脳性麻痺 T34クラス

Y氏の概要

Y氏は1991年生まれで、このインタビュー調査を行った時は26歳であった。Y氏は先天性の脳性麻痺（GMFCS Level 2）の男性である。体幹機能障害Ⅰ種2級で、体幹と両下肢に麻痺があり歩行が困難である。短い距離はゆっくり歩けるが痙直型の脳性麻痺であるため、体幹と両下肢には強い緊張があり、両踵を下しての歩行も難しい。幼少期から19歳までは独歩で生活していたが、20歳（大学2年生）から移動手段として車いすを使用することになった。そのため行動の範囲は大幅に広がったという。ちなみに公立保育園に6年間通い、地元の公立小・中学校に自転車を使用して通学、高校は私立学校、大学は一人暮らしであった。

幼い頃からスポーツが好きなY氏であったが、上手く身体が動かないのでスポーツの種目は限られていた。小学校から高校までは野球を行った。高校では途中から障がい者野球チームに所属しピッチャーとして活躍した。その間、集中力と手首の力を鍛えるためライフル射撃も始め、国体でメダルを獲得した。大学に入学し、地域の障がい者野球チームに入部したが、一人暮らしの大変さに加え、障がい者野球にはクラス分けが無く、障がいの重い人が活躍できないことに疑問を持ち退会した。その後車いすテニスも試みるがフィーリングが合わないかと断念。

24歳で車いす陸上に出会い、知人からレーサー（車いす陸上用の車いす）を借用し、そこから車いす陸上への興味が湧いた。

1) スポーツ歴（幼少から大学まで）

0歳児から保育園に通っており、小学校に入るまでは、歩行の困難さはあるものの友達と関わり、外遊びもできる範囲で活発に行っていた。年に1回の運動会では、自分のできることに参加していたが、年長組の全員参加紅白リレーでは、両親と担任との話し合いにより、本人の自尊心や向上心を損なわない形で、どのような参加が可能か検討したという。

野球を観たりキャッチボールなどをすることが好きだったことから、小学校4年生になると友人の誘いで野球部に入部した。できることは限られていたが、その中で友達と一緒に時間を過ごすことが楽しかったという。また5年生になると、友人らが地域のリトルリーグで週末に野球の練習をしていることを知り、紆余曲折ではあったがY氏もあるチームに参加することになった。

た。そこでできることはキャッチボールや送りバントの練習、また走り込みなどにはできないが、他のメンバーが走っている間に腕立て伏せなど筋トレに励んだ。夏合宿では、45分間のノックを他のメンバーと同じように行い、心身共に苦しくも充実した毎日を送った。

中学校でも野球部に所属したが、自身の努力とは裏腹にチームメンバーとの体力、技術の差が顕著となった。3年間野球部に所属したが自身が描くような達成感は何れも得られずに卒業した。高校では硬式野球部に入部したが、体力・技術の差が中学校以上に歴然となり1年時の冬に退部した。野球をやりたい気持ちとできない身体へのジレンマから、しばらく精神的にも辛い時期を送ったが、高校2年生で障がい者野球と出会い、チームではピッチャーとして活躍するようになった。全国大会でも投球し、その実力に期待が寄せられた。

大学では、一人暮らしの自宅から通える全国トップレベルの障がい者野球チームがあり、そこに入団した。しかし、障がいの軽い、または走れる選手が優先的に起用されることや、多様な障がい者が混在しているチームでの勝利至上主義に対して、納得できないとチームを退団した。その後、車いすを使用することによって行動範囲が広がったY氏は、スポーツとは離れて様々な活動を行いながら大学を卒業した。

卒業して2年目に出会ったのが、車いす陸上の世界であった。

2) 車いす陸上(トラック)を始めた動機

Y氏は仕事を通して日本における車いす陸上のトップアスリートと出会った。借り物の陸上用車いすに初めて乗り車いすを漕いだ時は難しさを感じたが、徐々にそのスピード感に魅了されたと言う。Y氏は先天性の脳性麻痺であり全力で走り切るという経験がないため、今までに経験したことのない“自力で風を切る”という感覚が新鮮だった。

以下、Q&A(車いす陸上との出会いから今日まで)聞き取り調査形式にて

Q：車いす陸上をやってみたくと思った理由について

A：単に速く走るという事が自分にはできないので、レーサーに乗ってでも自力で早く走るというのは魅力的だから。また、車いす操作歴が浅い自分はテニスでは車いす操作に限界があった。しかし、レーサーなら前進のみなので、練習すれば既存の選手に追いつく可能性があるのではないかと思った。さらに、自分のクラスで競う選手は意外と少なかったので、頑張ればいところまで行けるのではないかと正直思ったこと。

Q：練習について

A：最初、レーサーを借りることができたのはラッキーだった。しかし、レーサーは自分の体に合わせないと記録はでないし危険が伴う。また練習をするところが全くなく運搬用の自家用車もないので公道をレーサーで移動して公園まで行った。公共交通機関を利用して、車いすに乗りながらレーサーを自力で運ぶということもやったことがある。かなりの時間を費やし、危ない目にも遭った。その時点で①道具の問題 ②移動の問題 ③練習場所の問題が浮上した。練習について話をしたいところだが、練習する前の段階で躓いているということだ。

Q：その3点(道具・移動・練習)について

A：まず道具。自分の体形に合ったレーサーを買おうと思うと50万円以上の費用が必要。つまり障がい者スポーツで特別な用具を用いる種目では資金がないとはじめられない。僕は障害者年金と仕事で得るわずかなお金で生活しているので、なかなか高価な道具を揃えることは難しかった。しかし、とても幸運なことに、最初に出会ったアスリートの方が、僕のために使用していない自分のレーサーを貸して下さり練習ができるようになった。これは稀なことだと思う。

大学生以下のアスリートでは、家族のサポートがある者がほとんどのように思う。また職に就いている人は必ず運転免許を取得し自家用車を持っている。私は都心の賃貸住宅に住んでいて自家用車の駐車スペースも借りられない（駐車場料金は1か月で36000円以上）。都の体育館や陸上競技場にレーサーを置かせてもらえるスペースがあれば嬉しいが、それも現在は無理である。やはり、自家用車を持っていない人はレーサーを運ぶことが難しいと実感している。次に練習場所だが、都内には公園があるので、もしかしたら地方より恵まれているかもしれない。しかしクラブチーム等に入らないと練習場所の確保は難しい。とにかくそこに行けないというのが現状だ。

Q：コーチについて

A：私は熊本の有名なコーチに目をかけてもらい、ビデオをとってフォームの確認をしていた。結局、コーチを通して自分にあった車いすを購入し、ロードに出られないので自宅で漕いで練習できる装置を自作した。毎日の練習が自宅内での練習となり精神的にきつい部分があった。コーチの励ましがあっても一人で練習をしていると萎えることが多くなった。コーチはとても頼りになる方で、コーチの期待に応えたいと思う反面、直接的な指導は多額の交通費を使わなければならなかったことも経済的に辛かった。

Q：継続していく上で考えたことについて

A：陸上を始めてすぐに、皆から素質があると言われた。野球もやっていたしスポーツは好きだし障がいがあってもセンスがないわけではないと思っていたから最初は嬉しかった。しかし私の場合、私を見る人たちの目が、障がい者スポーツをやる＝パラリンピックを目指すというところにあった。もっとこのスポーツを楽しみたいという気持ちからパラリンピックに向かうという自分の気持ちの切り替えがうまくできなかったような気がする。脳性麻痺で身体の硬直も強いので、スポーツをすると体中が痛くなったり、疲れて仕事に支障をきたすこともある。このような身体と一人暮らしでパラリンピックを目指すような練習をしていかなければならないことに大きな不安を抱くようになった。気軽にレーサーを漕げる場所にも行けないし、場所自体が限られているから、みんながそのスポーツを知って楽しんで、競技人口が増えて、その中から選ばれた人が出るって環境じゃないと改めて思った。でもパラリンピックに出るには並大抵の練習では出られないから、人生をパラリンピックに捧げるつもりで頑張るという覚悟が必要だと感じた。しかし、その時の私にはその覚悟がなかった。なかったというより、自分の人生の中でそういう生き方は自分らしくないと感じていたし、もしパラリンピックに自分を捧げて頑張ってみても、ダメだった時やその後の人生はどうなるのか、仕事はあるのかなど多くの不安があった。

3. 考察

障がい者スポーツ参加に関わる問題点をY氏のインタビュー調査から考えると、個人の資質によって問題点が生じたというよりもむしろ、2020年に東京オリンピック・パラリンピックが開催されることが決定する以前から懸念されていた問題点が、個人の問題点として浮き彫りになったということが挙げられる。

公益財団法人日本障がい者スポーツ協会が掲げる障がい者スポーツの将来像(ビジョン)・ビジョンを実現するためのJPSA/JPCの取り組み—アクションプラン—は以下の8項目に分類される^[1]。

① スポーツ施策の一元化

スポーツは、障がい、年齢、性別などによって区別されるものでなく、スポーツの中に障がい者が参加するものがあるとの観点からスポーツ施策の一元化について、関係機関に働きかける。

② 障がい者スポーツの振興体制の整備

関係団体との連携を深め、日本を代表し統括するJSADを中心とした障がい者スポーツ振興体制を構築する。

③ 障がい者スポーツの普及・振興

全国障害者スポーツ大会を含めたイベント等を通じて、障がい者スポーツに参加するきっかけを作るとともに、ハード・ソフト両面で障がい者スポーツに対する理解を深め、障がい者が日常的にスポーツを行う環境を整備する。

④ 国際競技力の強化

パラリンピックをはじめとする国際大会での成績向上、障がい者スポーツにおける国際的な日本の地位向上、及び国内での障がい者スポーツ・パラリンピックの評価向上を目指す。

⑤ 障がい者スポーツの国民理解の促進

障がい者スポーツの理解推進及び普及発展に不可欠な情報の発信と共有化への取り組みに向け、専門的事業者も含めた検討を行い、計画的な広報事業を推進する。

⑥ 障がい者スポーツの支援体制の充実

オフィシャルパートナーシップの他に、企業及び個人が、障がい者スポーツの支援に参加できるプログラムを推進する。

⑦ 財政基盤の充実・安定化

全ての活動に通じる資金獲得について、現状の財政を洗い出し、多方面からの支援・協力を得ながら財政基盤を安定させるとともに、計画的な予算執行を推進する。

⑧ 協会の組織体制の強化

活動の基盤となる、JPSAの組織体制について、役員・職員・委員会等の各役割を見直し、効率的に目的達成する為の体制を構築する。

これらのビジョンの中で③の障がい者スポーツの普及振興について、さらに詳しくみると、1) 全国障がい者スポーツ大会の充実、2) スポーツイベントの開催、3) スポーツ施設のバリアフリー化促進、4) 重度障がい者及び高齢障がい者等のスポーツ参加の促進という4項目が挙

げられている。特にスポーツ施設のバリアフリー化促進の具体的な施策をみると、「スポーツ施設のバリアフリー化を促し、障がい者が気軽に利用できる仕組みを構築できるように働きかける」とあり、2013年～2020年の間にバリアフリー化ガイドブック作成及び障がい者が利用しやすいスポーツ施設の推進という内容が書かれている。2021年～2030年においてはバリアフリー化標準化が目標となっている。

もちろん、バリアフリー化は最大の課題である。障がいのある人たちがスポーツセンターやスポーツが実施できる場所に簡単に行けることや、その場所でスムーズにプレーできることが当たり前にならなければいけない。しかし、障がい者スポーツの普及と振興には、先にも記したように「ハード・ソフト両面で障がい者スポーツに対する理解を深め、障がい者が日常的にスポーツを行う環境を整備する」という大前提がある。バリアフリー化と同時に、スポーツする場所に来た人たちへの継続的なスポーツ参加を促進するためには、高価であったり特殊であったりする専用の車いすや義足、その他の用具が貸し出しできるサポートの充実も視野に入れることは重要である。

肢体不自由の障がい者の足となる車いすは、日常生活で使用するものに対しては一定額の補助金が支給されるが、スポーツ用に関しては趣味の領域となり購入の際には個人が全額負担となる。文部科学省では、スポーツ基本法の規定に基づき、平成29年3月に第2期「スポーツ基本計画」を策定した^[3]。それにはスポーツに関する施策の総合的かつ計画的な推進を図るための重要な指針が位置付けられている⁽¹⁾。この目標の実現に対しても、道具や用具の貸し出しはプラスになると思う。

2014（平成26年）年8月24日の朝日新聞の朝刊では、「2014（平成26）年8月23日障害者スポーツでの大規模な発掘事業は初めての試みで約70名の応募者が陸上や車いすテニスなど15競技から好きな種目を選んで体験した」と書かれている。加えて、両足に競技用義足をつけた女子児童は走ったのが初めてで「楽しかった。またやってみたい」とはしゃぎ、父親は「義足は長期間、高額でしか借りられない。短期間で安く借りられれば」と障害者のスポーツ環境の充実を願った」とあり、当事者たちの切実な声も挙がっていた。

障がい者スポーツイベントの取り組み⁽²⁾は、最近では企業が積極的に行っている。イベントは人を呼び、多くの人たちに障がい者スポーツを知ってもらう大きな役割を担っているが、その参加が単発に終わらず、当事者がスポーツに必要な車いす等を持っていなくても気軽に継続して楽しめるようなあり方が検討され、そこに金銭的なバックアップがあれば、障がい者の多様なスポーツへの参加がさらに期待できると考える。

公益財団法人日本障がい者スポーツ協会では、障がいのある人たちが日常的に、また個人のライフステージに応じて日常的にスポーツを楽しめる「生涯スポーツ」の環境整備においても力をいれている。その「生涯スポーツ」は水泳やウォーキングなど、個人が高額の用具を揃えなくても気軽に行えるものばかりでなく、道具や用具が必要なスポーツも「生涯スポーツ」として障がい者がそのスポーツを長く楽しめるような総合的な環境を整えていくことも必要だと思う。もし長期ビジョンを立てる中で、それらも視野に入れているのであれば、具体的な内容をぜひ挙げて欲しい。

2017年現在、2020年のパラリンピック開催にむけて障がい者スポーツを底上げしていくために、国家予算が増額していることは言うまでもない。ちなみに2014年度の国のスポーツ関連予算は、障害者スポーツ関連で約17億円、2016年度は約35億円（振興6億2千万円、強化28億6千万円）、2017年度は約31億円（振興6億5千万円、強化24億3千万円）、また東京都の障害者スポーツ関連予算は2016年35億円弱、2017年64億円強であった⁽³⁾。これらの予算が、障がい者スポーツの問題点を改善し、日本障がい者スポーツ協会が掲げるビジョンに向かって使用されていくが、施設などのインフラを整備し制度も整えていく一方で、人々の意識つまりソフトの部分も様々な壁を取り払っていくような意識改革が必要である。また、その意識改革には、障がいのある人たちが今どんなことでスポーツを継続できないのかということを、障がいの有無に関係なく多くの人が考え、そのバリアを除くための提案をしていけるところまで踏み込まなければならない。

4. まとめ

今回のインタビューを通して明らかとなったことは、まず一人ひとりが自分の身体にフィットした車いすや道具・用具等を使わなければならないような個人種目では、それを揃えること自体が難しい人たちが多くいるという現実である。次に、ある程度の道具・用具を揃えられた際には、その種目で競技者として活躍することを期待されるということだ。

鳥原氏^[2]は、障害者スポーツの普及と発展のためには障がい者スポーツにおける裾野をより広くしていくための行動が必要で、そこから頂点の高いピラミッドを形成していくこと、広い裾野と高い頂点の両方をバランスよく作り上げることが重要であり、さらにお互いが好循環していくことが大切だと言う。今回のインタビューに協力してくれたY氏は、レーサーという特殊な車いすを獲得できたことから、ようやく裾野にたどり着いた障がい者の一人である。しかし、レーサーを持つことができ、多少なりとのセンスがあったことから裾野からすぐに上を目指すことになった。レーサーで楽しく走ることを十分に体感しないまま、記録に挑戦していくことを求められたのである。

広い裾野と高い頂点の両方をバランスよく作りあげるためには、多くの障がい者が気軽にそのスポーツを楽しめる施設環境とそのスポーツに適した道具・用具が必要である。車いす陸上の場合、興味がある人、一人ひとりに完璧なオーダーメイドのレーサーを提供することは現状では不可能だ。だが、そのスポーツに必要な道具・用具がなければ体験できない種目もある。障がい者スポーツの場合、道具の有無が参加可能か不可能かあるいは継続できるかできないかを左右するという現状がある。

車いす陸上の場合、もし練習場所にいくつかのタイプのレーサーがあり、練習場所にさえ移動することができれば、多くの人たちが車いす陸上を体験できるし、継続してやってみたいと思う人も増加するのではないかな。もちろん、身体に合わないレーサーは怪我のもとであり、また悪い癖をつけてしまう原因にもなりかねない。しかし仮に多種多様なレーサーがそろっていれば、レンタルでも体験を重ねていくうちにその楽しさがわかり継続したい人たちが増えていくと考え

る。自分の身体にある程度フィットする道具をリーズナブルにレンタルできるというスポーツ環境は、スケートリンクに行けば貸し出し用の靴があるという感覚と同じかもしれない。しかし、そのスポーツを気軽に単純に楽しむには、まだ多くの障壁があると言わざるを得ない。

現在、障がい者スポーツの中で人気がある水泳と卓球は特別な道具や用具が殆どいない。水泳はプールがあれば泳げるし、卓球では健常者が使用する卓球台でプレーが可能である。高価な車いすや特殊な道具や用具を使用しなくても、そこに行けばできるという利点があるので、気軽にできるスポーツの競技人口は今後確実に増加するだろう。

2020年に東京パラリンピックが開催されるまで残り3年を切った。世界最高峰の障がい者スポーツ大会を成功させるためには、裾野の広がりや頂点と結びつける構想は時間がかかりすぎる。オリンピックでさえも、マイナー競技といわれるようないくつかの競技に対して、メジャー競技のトップアスリート（オリンピック出場に一步及ばないアスリートやオリンピック種目ではない競技のトップアスリート）を引き抜いている。体操選手が飛び込みに転向し、短期間でトップアスリートとして活躍している例などもある。選手層がオリンピックと比較してかなり薄い障がい者スポーツの世界では、まずパラリンピックを目指せる選手のスカウトに力を注ぐのはある意味当然と言えよう。しかし長期的な視野に立てば、バリアフリーや選手の育成以外にもスポットを当て、障がい者がスポーツを継続して楽しみ、ステップを踏んでやがてトップアスリートを目指せるような選手が生まれるスポーツ環境の充実を実現することが重要だと考える。

注

- (1) 具体的には、障害者の週1回のスポーツ実施率を成人は19.2%から40%に、7～19歳は31.5%から50%に向上させると目標が掲げられている。
- (2) 企業による障害者スポーツ支援に関する共同調査—インクルーシブな社会の実現を促す企業活動— 公益財団法人日本財団 調査研究報告 2016年3月
URL: <http://para.tokyo/research/>
企業の事例では10社が挙げられた。調査対象は【損害保険】あいおいニッセイ同和損害保険(株)、【車いすメーカー】(株)オーエックスエンジニアリング、【電気機器メーカー】オムロングループ：オムロン(株)、【電気機器メーカー】オムロングループ：オムロン京都太陽(株)、【スポーツ用品メーカー】(株)ゴールドウイン、【建設】清水建設(株)、【医薬品メーカー】中外製薬(株)、【義肢装具メーカー】中村ブレイス(株)、【電気機器メーカー】日本電気(株) (NEC)、【総合商社】三菱商事(株)である。
- (3) スポーツ庁 ホームページ <http://www.mext.go.jp/sports/>

参考文献

- [1] 公益財団法人日本障がい者スポーツ協会ホームページ http://www.jsad.or.jp/about/pdf/vision_actionplan_140715.pdf
- [2] 鳥原光憲 障害者スポーツにおける普及活動の課題 <http://diamnd.jp/articles/-/54516>
- [3] スポーツ庁 ホームページ <http://www.mext.go.jp/sports/>

付記 本研究は平成28年度特別研究費 研究代表者：寺田恭子によって行われた。

(受理日 2018年1月9日)